

Idealer og forventninger til børn og unge – En spørgeskemaundersøgelse om trivsel og oplevelser af pres og motivation

Hovedresultater



Hovedresultater

Mens størstedelen af danske børn og unge trives godt, viser flere undersøgelser, at mistrivsel blandt børn og unge er stigende. Andelen af børn og unge, der rapporterer om lav trivsel, er steget, samtidig med at færre rapporterer om høj trivsel. Den stigende mistrivsel har en kønnet og social gradient, hvor især piger, børn og unge med lavere socioøkonomisk baggrund trives mindre godt (Ottosen m.fl., 2022).

Der findes ingen entydig forklaring på denne udvikling. Forskningen peger på, at flere faktorer kan spille ind, herunder diffuse krav og høje og svært realiserbare idealer (fx Mohr m.fl., 2023), skærmb brug og sociale medier, psykologisering af hverdagens udfordringer, hvor børn og unge i stigende grad anvender et psykologisk eller sundhedsfagligt sprog til at beskrive og håndtere udfordringer samt øget individualisering, hvor børn og unge pålægger sig selv ansvaret for succeser (se fx Børns Vilkår, 2022; Nordic Council of Ministers, 2022; Nielsen, Sørensen & Osmec, 2010; Katznelson, Görllich & Pless, 2022; Illeris m.fl., 2009; Meier & Nielsen, 2023). Fælles for disse forklaringer er, at de knytter an til idealer og forventninger om, hvordan man skal være, se ud eller have det – idealer og forventninger som børn og unge hver dag oplever og forsøger at navigere i.

Formålet med denne rapport er at give indblik i, hvilke idealer og forventninger børn og unge oplever, hvilken indflydelse idealer og forventninger har på børns og unges tilværelse, og børns og unges oplevelser af at skulle leve op til forventninger. Det undersøges også, hvordan børnene og de unge oplever, at forventninger hænger sammen med deres oplevelse af mental trivsel.

Helt overordnet peger undersøgelsen på:

- De dominerende idealer, som børn og unge udpeger, handler om at være deltagende i sociale fællesskaber, at klare sig godt i skolen og at få et godt arbejde.
- Børnene og de unge oplever, at der er mange forventninger til dem – på forskellige områder og med forskellige afsendere.
- Børnene og de unge har i høj grad internaliseret idealer og forventninger; størstedelen af børnene og de unge opfatter sig selv som den primære kilde til de idealer og forventninger, de oplever.
- Børnene og de unge forventer generelt meget af sig selv og oplever et stort personligt ansvar for succes i livet.
- Børnene og de unge reagerer forskelligt på forventninger – nogle trives og motiveres, andre oplever et stort pres – og der ses en sammenhæng mellem generel trivsel og de unges reaktion på forventninger.
- Der er klare kønnede forskelle; piger oplever større pres, lavere trivsel og større følelse af utilstrækkelighed, mens drenge i højere grad oplever, at alle muligheder er åbne, og de trives også i højere grad. De kønnede forskelle gælder ikke kun besvarelser på egne vegne, men projiceres også over på andre.
- De samme idealer og forventninger fylder hos børn og unge på tværs af uddannelser. Dog er der forskelle i, hvor mange forventninger børn og unge på de forskellige uddannelser oplever – fx oplever elever på FGU generelt færre forventninger end elever på andre uddannelsesinstitutioner.

Dominerende idealer: del af socialt fællesskab, at klare sig godt i skolen og få et godt arbejde

Børnene og de unge er blevet spurgt til deres oplevelser med 10 afgrænsede forudbestemte idealer. Undersøgelsen viser, at mange idealer eksisterer på samme tid i børn og unges liv, men at nogle idealer er mere udbredte end andre. Idealernes forståelse i denne undersøgelse som komplekse, abstrakte sociale konstruktioner, der fungerer

som retningslinjer for, hvad individer stræber efter. Idealer hænger tit sammen med noget, man gerne vil være, gøre eller have for at blive glade.

De tre idealer, der fylder mest i børn og unges liv, handler om:

- at være en del af sociale fællesskaber, fx ved at være sammen med venner enten fysisk eller online eller gå til fester
- at klare sig godt i skolen
- at få et godt arbejde efter endt uddannelse.

Derudover fylder en række andre idealer også, ligesom der er forskelle i, hvilke idealer der fylder for drenge og piger og på tværs af forskellige uddannelsestyper. Eksempelvis er drenge oftere optaget af at være sunde (fx spise sundt eller træne), mens piger er mere optagede af at se godt ud (fx hår, krop, m.m.). Grundskoleelever er mere optaget af at være dygtige til fritidsaktiviteter, mens dette fylder mindre blandt ældre elever på ungdomsuddannelser og FGU. Derudover fylder materielle idealer såsom at "have de rigtige ting" også noget for børnene og de unge, mest for elever i grundskolen og EUD og mindre for gymnasie- og FGU-elever. Idealer om at følge med på sociale medier fylder også mest for grundskoleelever sammenlignet med elever på andre uddannelser. Samlet set fylder idealer om at have en kæreste eller date noget og at være en god samfundsborger ikke meget for de adspurgte børn og unge.

Mange forventninger til børn og unge

Børn og unge oplever forventninger fra mange aktører i deres liv – herunder forældre, venner og lærere, som har forventninger til dem på mange områder af livet – eksempelvis uddannelse, job, sociale fællesskaber, sundhed og udseende. Forældre spiller en central rolle, når det handler om forventninger til skole og fremtidige jobmuligheder. Børnene og de unge oplever især, at deres venner har forventninger til, at de er en del af et socialt fællesskab, følger med på sociale medier, ser godt ud og har de rigtige ting.

Ét af undersøgelsens centrale fund er dog, at børn og unge forventer meget af sig selv, og at de samtidig i høj grad føler et ansvar for deres egen succes. Resultaterne tyder på, at mange af forventningerne er internaliseret, hvilket betyder, at børnene og de unge i høj grad ser sig selv som den primære kilde til de forventninger, der er til dem. Særligt når det gælder skolepræstationer og sundhed ser børnene og de unge sig selv som kilde til idealerne og forventningerne. To ud af tre oplever, at det er deres egen skyld, hvis de ikke får succes, mens tre ud af fem oplever, at alle muligheder er åbne for dem. Drenge oplever i højere grad end piger, at alle muligheder er åbne for dem, at det er deres egen skyld, hvis de ikke får succes, og at de selv kan vælge,

om de vil leve op til andres forventninger til dem. Mere end hver tredje dreng og pige svarer, at de bør leve op til andres forventninger til dem.

Disse resultater kan pege i retning af, at børn og unge oplever deres liv som individualiseret, dvs. at børnene og de unge i høj grad sig selv som primære aktører i eget liv.

Piger føler sig oftere pressede af høje forventninger fra andre sammenlignet med drenge, ligesom pigerne i højere grad end drengene føler sig usikre og utilstrækkelige som følge af andres forventninger til dem. Omvendt er drenge mere tilbøjelige til at svare, at de trives og føler sig motiverede af de forventninger, der er til dem. Sociale medier og udseende fylder mere for piger end for drenge. Piger oplever større forventninger om at se godt ud og følge med på sociale medier, mens drenge i højere grad føler, at det er deres eget valg, om de vil leve op til andres forventninger.

Derudover viser analysen, at børn og unge, der scorer højere på self-efficacy (tro på egne evner) og resiliens (evne til at klare modgang), hyppigere oplever større trivsel og angiver, at de trives bedre med de forventninger, der stilles til dem end børn og unge, der scorer lavt på disse parametre.

Forskellige reaktioner på forventninger

Resultaterne viser, at børn og unge reagerer meget forskelligt, når de bliver mødt af forventninger fra dem selv såvel som fra andre. Hvor nogle trives og føler sig motiverede af forventninger, oplever andre et betydeligt pres og en følelse af utilstrækkelighed. På baggrund af metoden *latent klasseanalyse* er der identificeret fem reaktionsmønstre på egne og andres forventninger, som præsenteres i Boks 1. De fem typer er ikke udtømmende for, hvordan børn og unge reagerer på forventninger, dvs. at der kan være andre reaktioner. Men de repræsenterer et datadrevet bud på, hvordan børn og unge reagerer på forventninger fra sig selv og omgivelserne, og hvordan disse reaktioner hænger sammen med deres trivsel. Piger har større sandsynlighed for at være i gruppen "overvældet af mange forventninger", mens drenge har større sandsynlighed for at være i grupperne "trives med forventninger" og "få forventninger og hverken presset eller motiveret". Køn, alder og uddannelsestyper er bredt repræsenteret i de fem reaktionsmønstre. Dermed viser resultaterne fra den latente klasseanalyse et mere varieret billede af børn og unges reaktioner på de forventninger, de oplever, end hvis man blot skelnede mellem børn og unge på tværs af kategorier som køn, uddannelse og alder. Yderligere analyser viser, at der er en sammenhæng mellem mental trivsel, troen på egne evner og evnen til at klare modgang på den ene side og de fem reaktionsmønstre på den anden side. Eksempelvis har børn og unge med høj trivsel større sandsynlighed for også at trives med forventninger, og omvendt har børn og unge med lav trivsel større sandsynlighed for at blive

presset af forventninger. Analyserne kan dog ikke sige noget om retningen på disse sammenhænge, dvs. om høj generel trivsel giver bedre forudsætninger for at håndtere forventninger, eller om det at trives med forventninger giver en generelt bedre trivsel.

Boks 1 Fem hyppige reaktioner på forventninger

- **Få forventninger og hverken presset eller motiveret (19 %)**
 - Oplever få forventninger og lavt pres udefra
 - Har mindre behov for at leve op til andres forventninger
 - Føler sig sjældent utilstrækkelige
- **Presset af færre forventninger (21 %)**
 - Oplever ikke, at der stilles mange forventninger
 - Føler sig nogle gange pressede og utilstrækkelige
 - At leve op til andre forventninger betyder i mindre grad noget for dem
- **Overvældet af mange forventninger (26 %)**
 - Har høje forventninger til sig selv og oplever mange forventninger fra andre
 - Oplever stort pres
 - Føler sig usikre og utilstrækkelige
- **Trives med forventninger (28 %)**
 - Har høje forventninger til sig selv
 - Føler i mindre grad behov for at leve op til andres forventninger
 - Føler sig sjældent utilstrækkelige
- **Motiveret, men presset (7 %)**
 - Har høje forventninger til sig selv
 - Kan godt lide andre har høje forventninger og klarer sig bedre, når de lever op til dem
 - Føler samtidig pres og utilstrækkelighed

Anm.: Procenterne summer til 101 % pga. afrundinger

Sociale færdigheder er vigtige for opfattelsen af trivsel

Som led i undersøgelsen er der blevet gennemført et vignetekspertiment. Eksperimentet varierer et række elementer i en fiktiv tekst om en fiktiv person, som respondenterne præsenteres for, før de svarer på en række spørgsmål. Det giver mulighed for at undersøge betydningen af en række faktorer for børn og unges opfattelse af trivsel,

oplevelsen af pres og motivation. Eksperimentet afdækker betydningen af køn, faglige og sociale færdigheder, forventninger til skolepræstationer, krop og sociale medier for oplevelsen af trivsel, pres og motivation.

Resultaterne fra eksperimentet viser, at børn og unge vurderer sociale færdigheder ("at være god til at være social") som en central forudsætning for trivsel; børnene og de unge vurderer, at personer, der er gode til at være sociale trives bedre. Det at klare sig godt i skolen fremhæves også som en vigtig forudsætning for trivsel og mindsket pres. Børnene og de unges vurderinger af forudsætningerne er konsistente på tværs af uddannelser og individuelle faktorer som troen på egne evner, evnen til at klare modgang og økonomiske muligheder.

Nogle føler, at de må være på en bestemt måde for at blive accepteret

Undersøgelsen viser, at børn og unge i forskellig grad oplever, at de enten skal være eller se ud på en bestemt måde for at blive acceptere afhængigt af deres relationer. Børnene og de unge oplever sjældnest at de skal være eller se ud på en bestemt måde sammen med deres forældre eller familie. Imidlertid oplever 26 % ofte eller hele tiden, at de skal være på en anden måde for at blive accepteret af vennerne, mens 24 % oplever, at de skal se ud på en bestemt måde for at blive accepteret af vennerne. Børn og unge med lav trivsel oplever oftere at skulle være eller se ud på en bestemt måde for at blive accepteret sammenlignet med andre trivselsniveauer.

Undersøgelsen belyser også, i hvilket omfang børn og unge oplever at føle sig gode nok i forskellige situationer. Her føler flere sig gode nok, når de er sammen med venner, enten fysisk uden for skole eller når de fx skriver eller snakker online, mens andelen af børn og unge, der føler sig gode nok, er mindre, når de ser indhold på sociale medier – enten lavet af personer de ikke kender eller af venner.

Piger oplever større forventninger og lavere trivsel

Forskelle mellem kønnene er gennemgående i undersøgelsen. Piger oplever flere forventninger fra sig selv og andre end drenge og rapporterer oftere om pres og lav trivsel. Drengene trives generelt bedre og oplever forventninger som motiverende snarere end pressende. 25 % af drengene føler sig ofte eller hele tiden "gode nok" i skolen sammenlignet med kun 11 % af pigerne. Piger oplever også større forventninger

relateret til sociale medier og udseende, mens drenge føler, at de i højere grad kan vælge, om de vil leve op til andres forventninger.

Resultaterne viser også, at børn og unge generelt har en antagelse om, at piger i højere grad føler sig pressede og har høje forventninger til sig selv, mens drenge antages at trives bedre og føle sig mindre presset.

Fakta om undersøgelsen

Denne rapport bygger på spørgeskemabesvarelser fra 15.868 børn og unge mellem 12-20 år i grundskolen (7.-10. klasse) og på uddannelser for unge (herunder gymnasiale uddannelser, erhvervsuddannelser (kun grundforløb 1) og forberedende grunduddannelser).

Spørgeskemadata er indsamlet i august-september 2024.

Respondenterne i undersøgelsen er repræsentative for børn og unge i de adspurgte aldersklasser, som er under uddannelse for så vidt angår fordeling på uddannelser, alder og køn.

Hovedresultater: Idealer og forventninger til børn og unge – En spørgeskemaundersøgelse om trivsel og oplevelser af pres og motivation

VIVE/2025

HR_302934